


ACTIVIDAD N°1:
APRENDO A CALMARME.

Jueves 9 de Junio.

NOMBRE: 		
	DÍA	MES
ÁMBITO: DESARROLLO PERSONAL Y SOCIAL.	NÚCLEO: IDENTIDAD Y AUTONOMÍA. CONVIVENCIA Y CIDADANÍA.	
OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD: <i>Expresar sentimientos y emociones.</i>		

- Observa el video “ La Calma de León” <https://www.youtube.com/watch?v=MPDW1C5btu8>
- Marca con una X, según corresponda.

1 ¿Qué debes hacer en cada caso? Marca.

Quando estás enfadado debes...

Gritar, molestar e insultar.


Hablar de tu enfado y calmarte.

Quando estás asustado debes...

Callarte y no hablar.

Pedir ayuda y calmarte.

2 Respira lentamente varias veces. Después, explica.



¿Cómo os sentís ahora?